

J'ai toujours l'impression que j'attend quelque chose

Question :

J'étudie *Un Cours en miracles* depuis environ trois ans. J'ai deux questions pour vous. D'abord, où en êtes-vous par rapport au *cours*, autrement dit, y a-t-il un point central autour duquel tout cela s'assemble ? Deuxièmement, je me sens toujours comme si je suis, et que j'ai toujours été, dans le mode « attente ». Je veux dire par là dans un état d'anticipation, mais pas vraiment. Je suis fatigué d'« attendre » et d'avoir l'impression de ne pas avancer dans ma vie. Pouvez-vous me donner des conseils à ce sujet ?

Réponse :

Nous ne sommes pas tout à fait certains de ce que vous entendez par « un point central autour duquel tout cela s'assemble. » Le *cours* fonctionne, si c'est ce que vous voulez dire. C'est un programme individualisé (M.9.1 :5), et donc les spécificités du processus varient d'un étudiant. Notre apprentissage se fait toujours dans le contexte de nos relations et selon les circonstances de ce qui se passe dans nos vies. Le but des leçons du livre d'exercices est de généraliser, de sorte qu'à mesure que nous avançons le long du processus, nous apprenons petit à petit à appliquer les principes à chaque minute de chaque heure tout au long de la journée, sans se trouver pris dans des détails concrets. C'est ainsi que « tout cela s'assemble. » Nous prenons l'habitude, devant les événements qui se déroulent dans notre vie quotidienne, de remettre nos pensées d'ego à l'amour de Jésus dans notre esprit. Au fur et à mesure que notre résistance est portée à la lumière et qu'elle cède, nous en arrivons à choisir contre l'ego, et à permettre à notre esprit d'être guéri, rétablissant en lui la conscience de la présence de l'amour que nous avions banni. Nos vies sont ensuite dirigées à partir de ce centre tranquille de paix : « *Et tu seras plus conscient de ce calme centre de la tempête que de toute son activité déchaînée. Ce calme centre, où tu ne fais rien, te restera, t'apportant le repos au milieu de chaque affaire pressante où tu es envoyé. Car de ce centre, il te sera indiqué comment te servir du corps sans péché. C'est ce centre, d'où le corps est absent, qui le gardera ainsi dans la conscience que tu en as.* » (T.18.VII.8 : 2,3,4,5)

Il est difficile de répondre à votre deuxième question sans en savoir un peu plus sur vous. Donc nous allons parler de façon générale au sujet de ce que vous décrivez, un pattern qui n'est pas rare. Le *cours* parle beaucoup de la peur, et même de la terreur, qui est la conséquence d'avoir écouté l'ego plutôt que le Saint-Esprit.

Nous n'avons pas conscience de la peur à ce niveau-là de notre esprit. La peur dont nous sommes conscients est toujours attribuée à quelque chose qui se passe dans le monde ou à notre expérience physique/psychologique, à ce qui se trouve donc à l'extérieur de notre esprit. Or la peur dont parle Jésus vaut en partie, pour les divers patterns qui sont en place dans notre vie. Notre peur est liée à 1) nos attentes de la punition de Dieu pour nous être séparés de Lui, et 2) la promesse que nous avons faite à l'ego de lui être fidèle à tout prix. Notre existence en tant qu'individu est, par conséquent, associée dans notre esprit à la crainte et à la terreur à un degré que rien dans le monde ne peut approcher.

Au lieu d'apporter la peur à Jésus, ce qui nous aiderait à réaliser que la peur est totalement injustifiée, nous écoutons l'ego qui nous conseille fortement de faire quelque chose à ce propos. Nos vies sont donc construites essentiellement comme une défense contre cette peur. Cela se manifeste de diverses façons, et une de ces façons pourrait être de ne pas aller de l'avant dans la vie, comme si vous attendiez à un feu rouge, lequel ne passe jamais au vert. Inconsciemment, la peur sous-jacente reliée à cela serait que, peu importe ce que vous faites, vous êtes damné. La solution mal adaptée à cette peur serait de rester au neutre pour ne pas assumer la responsabilité de quoi que ce soit, parce qu'au plus profond de votre esprit il y a cette pensée : « Il m'est arrivé une fois de faire une chose de ma propre initiative et voyez ce que j'ai fait. J'ai tué l'amour afin de pouvoir exister. Je suis une horrible personne, donc je vais faire en sorte de ne plus jamais faire quelque chose de ma vie, ainsi je ne serai pas pris et tenu responsable pour avoir fait cette chose effroyable. » Rien ne peut changer dans une telle situation à moins de regarder de près et reconnaître l'état intérieur de terreur. Parfois cela nécessite l'assistance d'un thérapeute compatissant, mais pas toujours, puisque Jésus nous encourage à franchir cette étape avec lui à nos côtés : « *Nous sommes prêts à regarder de plus près le système de pensée de l'ego parce qu'ensemble, nous avons la lampe qui le dissipera ; et puisque tu te rends compte que tu n'en veux pas, tu dois être prêt. Soyons très calmes en faisant cela, car nous ne faisons que chercher honnêtement la vérité.* »

(T.11.V.1 :3,4) Nous avons besoin de l'aide de quelqu'un qui se trouve en dehors de ce système de pensée lié au péché/culpabilité/peur, quelqu'un qui voit son irréalité, et qui voit aussi l'effet dévastateur qu'il a sur l'esprit de ceux qui ont oublié que c'est juste une fable, une histoire inventée par l'ego.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 125